

YOGA + BAGEL

AL MUSEO

MAY 5th
MAY 19th
JUNE 2nd
9.30-10.30 am

Museo
Hermann
Hesse
Montagnola
www.hessemontagnola.ch



I musei, tradizionalmente luoghi di cultura, funzionano sempre più spesso come "luoghi terzi", o luoghi di incontro. Il Museo Hermann Hesse Montagnola offre ora la possibilità di praticare Yoga nei suoi spazi. Vi proponiamo tre incontri di Yoga dolce dedicati al movimento consapevole e alla meditazione intorno all'opera di Hermann Hesse, guidati dalle insegnanti dello Studio Laterale. A conclusione, i partecipanti riceveranno un pocket brunch in collaborazione con Ghost Bagel.

Yoga + Bagel: CHF 25.-

La quota comprende: una sessione di Yoga dolce, un Bagel farcito a scelta, un buono per un caffè e un pasticcino e un'entrata al Museo. Pagamento al Museo. La lezione di Yoga dolce è adatta anche a principianti. È raccomandato presentarsi con vestiti comodi.

Per iscriversi:



Museen sind üblicherweise Orte der Bildung. Doch heute fungieren sie zunehmend auch als «dritte Orte», als Räume, in denen sich Menschen begegnen dürfen. Neu bietet das Museo Hermann Hesse Montagnola vorerst drei sanfte Yoga-Stunden an, die sich der achtsamen Bewegung und Meditation widmen und von den Lehrerinnen des Studio Laterale geleitet werden. Jede Yoga-Session wird mit einem Hesse-Wort eingeleitet. Zum Abschluss erhalten die Teilnehmer:innen einen Pocket brunch von Ghost Bagel.

Yoga + Bagel: CHF 25.-

Im Preis inbegriffen sind: eine Yoga-Stunde, ein gefüllter Bagel Ihrer Wahl, ein Gutschein für einen Kaffee und ein kleines Gebäck sowie der Eintritt ins Museum. Bezahlung im Museum. Die sanfte Yoga-Stunde ist auch für Anfänger:innen geeignet. Es wird empfohlen, bequeme Kleidung mitzubringen.

Anmeldung:



Museo Hermann Hesse
Montagnola

BOCCADORO
CAFFÈ LETTERARIO

STUDIO
LATERALE

